

Adaptaci dítěte v MŠ usnadní:

Seznámení s MŠ před skutečným nástupem

Seznámení s prostředím, s personálem, s režimem, zkusit si hrát ve skupině s ostatními dětmi. Zpravidla je pro dítě snazší začlenění do kolektivu, dochází-li do mateřské školy již jeho sourozenec. Pro dítě je sourozenec „opěrný bod“, a navíc nově nastoupivší dítě zná prostředí školy, jelikož je zpravidla přítomno s rodičem při vyzvedávání sourozence z MŠ.

Přibalte dítěti oblíbenou hračku

Dovolte dítěti, aby si s sebou vzalo do mateřské školy svou oblíbenou hračku, například plyšáka, autíčko apod. Existence pevného bodu, známé osoby nebo předmětu v cizí situaci zmírňuje nejistotu a případný strach z neznámého prostředí. Poté, co si dítě zvykne na nové prostředí, může si hračku z domova odkládat ve školce na předem určené místo, například do proutěného koše, látkového pytle apod., aby se mohlo věnovat společným činnostem s učitelkou a vrstevníky, a může si ji pak vzít opět třeba na lehátko při odpoledním spánku.

Dodržujte stejné rituály

Během adaptačního období vodte dítě pravidelně, ale na kratší dobu (podle individuálních dispozic dítěte – dvě hodiny, čtyři hodiny...).

Když je dítě už schopné pobývat v mateřské škole bez rodiče, vodte dítě ve stejný čas a vyzvedávejte je pokud možno ve stejnou hodinu. Používejte konkrétní, pro dítě srozumitelné údaje o tom, kdy je vyzvednete: po obědě, po svačině (nejen obecně jako brzy, za chvíli, po práci apod.).

Mluvte s dítětem pravdivě

Budte k dítěti pravdiví – neslibujte nereálné možnosti a nedělejte zbytečné ústupky (např. ve školce si můžeš dělat, co chceš; zítra do školky nepůjdeš apod.). Dítě se pak cítí podvedeno a je zklamané.

Budte citliví a trpěliví

Vysvětlíte dítěti důvod docházky do mateřské školy – nechcete jej odložit, ale dítě si najde v MŠ nové kamarády, naučí se spoustu nových věcí, bude mít partnery pro hry apod. Zkuste najít výhody docházky do mateřské školy společně s dítětem.



Dítě pozorně vnímejte a trpělivě vysvětluje

Povzbuzujte a oceňujte dítě za jeho pokroky při adaptaci. Vyprávějte si s ním o jeho zážitcích z mateřské školy – o tom, co dítě dělalo, jaké má kamarády, s čím si hrálo, co se s učitelem naučilo, co vidělo na vycházce, co se mu dnes nejvíce líbilo, popřípadě co ho trápilo nebo rozzlobilo, je-li smutné apod. Dítě musí vědět, že není v mateřské škole „odloženo“, je nutné mu vysvětlit důvody, proč tam dochází: každý má své povinnosti; rodiče musí chodit do práce a dítě zase do mateřské školy.



Pozitivně je motivujte

Budte důslední a nenechte se obměkčit. Když už se jednou rozhodnete, že půjde dítě do mateřské školy, nedejte se přemluvit a trvejte na svém! Pokud bude dítě plakat, buďte přívětiví, ale rozhodní. Neslibujte dítěti odměny za pobyt v MŠ. Dítě si zvyká na nové prostředí a na odloučení od rodičů a může se dostavit strach, že to dítě nezvládne a nedostane odměnu. Pokud dítě zvládne pobyt v mateřské škole dobře, pochvalte je a oceňte jeho chování.

Nekárejte dítě a nestraťte je

Nekárejte dítě, když adaptaci nezvládá podle vašich představ – dopřejte mu dostatek času, popřípadě konzultujte s učitelem další adaptační postup. V žádném případě nestraťte dítě mateřskou školou (např. „počkej, až budeš ve školce...“), dítě by se mohlo začít mateřské školy obávat!

Ranní loučení podle individuálních potřeb každého dítěte

Někdy loučení představuje větší problém pro matku než dítě, proto je zbytečně nestresujte. Dítě velmi dobře vycítí váš strach, a pokud se vy nezbavíte své úzkosti, nemůžete zbavit dítě jeho úzkosti. Případně se v rodině dohodněte, že dítě bude do MŠ vodit ten, kdo s tím má menší problém.

Navazte užší vztah a spolupráci s učitelem

Adaptaci dítěte rozhodně pomůže také vzájemná spolupráce a důvěra učitele a rodiče, která se rozvíjí postupně na základě vzájemné informovanosti a komunikace. Je vhodné, pokud se rodič postupně zapojuje do dění v mateřské škole – dítě vidí, že učitel a rodič jsou partneři, čímž si získává větší důvěru k učiteli, což vede k jeho snadnější adaptaci.